

Министерство образования и науки Российской Федерации федеральное  
государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
профессионального образования  
«Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра общей психологии

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ**

Выпускная квалификационная работа

(магистерская диссертация)

Направление подготовки

«37.04.01 - Психология».

Квалификационная работа **Исполнитель:**

допущена к защите Симонова Ольга Александровна

Зав. кафедрой общей психологии

Магистратура

доктор психологических наук, профессор

Заочная форма обучения

Минюрова Светлана Алигарьевна

Детская и возрастная психология

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017г.

\_\_\_\_\_

Руководитель ОПОП **Научный руководитель:**

доктор психологических наук, профессор

Водяха Сергей Анатольевич

Минюрова Светлана Алигарьевна

Кандидат психологических наук

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017г.

Доцент кафедры общей психологии

\_\_\_\_\_

Института психологии УрГПУ

Екатеринбург 2017

## Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы изучения эмоционального благополучия детей 11-12 лет перешедших из младших классов в среднее звено.....	8
1.1 Основные подходы к изучению эмоционального благополучия в психологии .....	10
1.2 Психологическая характеристика детей 11-12 лет .....	18
1.3 Специфика развития эмоциональной сферы детей 11-12 лет в период перехода из младших классов в среднее звено.....	22
Выводы по главе 1 .....	27
Глава 2. Эмпирическое исследование психологического благополучия школьников 11-12 лет.....	29
2.1 Организация и методы исследования.....	29
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования.....	31
Выводы по главе 2.....	47
Заключение.....	49
Список литературы .....	52
Приложения.....	57

## **Введение**

В современном мире интенсивно развивающегося общества, характеризующегося многими аспектами реструктуризации во всех его сферах и в том числе в социально-педагогической, очень остро встают вопросы качественного обучения и воспитания подрастающего поколения. Поиск качественно новых способов и методов формирования здоровой, творческой, эмоционально благополучной личности - созидателя нового современного общества, способного к самостоятельному действию и развитию, самопроектированию, к свободному и верному определению собственного «Я» в жизни, в профессии, в культуре и т.д. – немаловажная задача психологической науки, и она, как никогда, обусловлена интересами и требованиями общества. В связи с этим большое значение обретает нахождение новых путей и способов в обучении, воспитании и психологической помощи, восполняющих теоретические и эмпирические исследования разностороннего развития личности младших и средних школьников в образовательно-воспитательном процессе. Одним из важных подходов, усиливающих контроль за эмоциональным благополучием, успешной адаптацией и развивающим эффектом образовательных программ в сфере психологической помощи, положительно сказывающихся на формировании личности современного школьника, является психологическая деятельность, которую необходимо рассматривать, как самостоятельную структурную единицу учебно-воспитательного процесса.

**Актуальность исследования.** Стойкий интерес к проблеме эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста (дети, перешедшие из начальной школы в среднее звено, дети - пятиклассники) нашёл отклик в работах многих отечественных учёных, что нередко рассматривается в качестве подтверждения уровня разработанности данной проблемы.

Переход из начальной школы в основную считается одной из педагогически сложных школьных проблем. Педагогические особенности переходного периода порождают трудности психологического характера, как у учащихся, так и у педагогов (Е.Ю. Беликова, 2003). Эмоциональные переживания учащихся в данный период возникают в результате несоответствия личностных ожиданий с оценкой референтной группы сверстников и с оценкой учителями и родителями (М.И. Борищевский, 1980). Но данное обстоятельство является не единственным фактором, вызывающим эмоциональные переживания школьников, в учебно-познавательном процессе. Несмотря на его обоснованность и логичность, учебный процесс дает мало подкреплений для развития позитивных эмоций. Напротив, у многих учащихся он вызывает переживание скуки и страха, препятствующие полноценному развитию личности (М.Н. Скаткин, 1980). Переживание негативных эмоций в данный период может быть вызвано и познавательной деятельностью, ожиданием оценки достигнутых результатов со стороны взрослых и реакции окружающих сверстников (Н.В. Литвиненко, 2000).

Таким образом, круг школьных ситуаций, вызывающих эмоциональные переживания ребенка широк. Это могут быть проверка и оценка знаний, авторитарность преподавателей, обвинения, опускающиеся до обсуждения личностных черт, ситуации неуспеха в деятельности. При этом школа выявляет, особенности ребенка, сложившиеся в семье, и служит ситуацией-стимулом, провоцирующим реакцию. Тем не менее, нельзя не признать, что характер обучения в том виде, в каком оно имеет место во многих школах, содержит совокупность факторов, способных вызвать эмоциональные переживания учащихся. Так, переход из начальной школы в основную может обострить прежние проблемы детей, как явные, так и скрытые от внимания педагогов и родителей, а также спровоцировать появление новых, связанных с изменением отношения к себе, окружающим, к учебе. Существование этих проблем у учащихся проявляется в переживании различных негативных

эмоций, в том числе тревожности, страха и неуверенности в себе (Е.В. Новикова, 1997).

Между тем в исследованиях по проблеме эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста чаще всего поднимаются вопросы, касающиеся ее определения и близких по смыслу феноменов и фактов. При этом остаются малоизученными механизмы и способы самостоятельного регулирования уровня эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста (детей 11-12 лет перешедших из начальной школы в среднее звено, детей-пятиклассников) в процессе адаптации. Выявить такие механизмы позволяет детальное, углубленное изучение взаимосвязи различных психических феноменов эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста. Сопоставление уровня эмоциональности с уровнем адаптации и с типами реакций на фрустрацию, открывает новые возможности для изучения внутренних ресурсов детей, которым предстоит адаптация. Важность исследования эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста обуславливается тем, что к этому возрасту интенциональная структура (означающее центральное свойство человеческого сознания) субъекта еще не достаточно сформировалась, и здесь можно говорить о не устойчивой личностной организации, о низкой адаптации, либо дезадаптации, о проблеме школьной, экзаменационной, соревновательной тревожности, личном эмоциональном благополучии.

При оценке эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста в психологической науке отмечаются тенденции на не достаточную разработанность самого понятия «эмоциональное благополучие детей – пятиклассников, перешедших из начальной школы в среднее звено». Действительно, в последнее время отношение российских психологов к проблеме эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста кардинально изменилось на ряду с высоким уровнем перемен в жизни общества, сопровождающимся неопределённостью и

непредсказуемостью будущего и, как следствие, всплеск эмоциональной напряжённости, фрустрированности, тревожности. Несмотря на это, изучение эмоционального благополучия детей младшего и среднего школьного возраста продолжает оставаться в узких рамках проблем, разрешения которых не всегда бывает достаточно для полного раскрытия психологических закономерностей, и для выявления тех взаимосвязей, которые являются предметом исследования в психологии развития детей.

**Объектом исследования** являются дети младшего и среднего школьного возраста 11-12 лет, перешедшие из начальной школы в среднее звено.

**Предмет исследования** – эмоциональное благополучие и особенности социально-психологической адаптации детей младшего и среднего школьного возраста 11-12 лет.

**Цель исследования**- изучение факторов и отличий эмоционального благополучия школьников 11-12 лет, установление взаимосвязей между аспектами психологического благополучия и особенностей социально-психологической адаптации.

**Гипотезы исследования:**

1.для школьников 11-12 лет в целом присуще испытывать психологическое благополучие;

2.существуют значимые отличия между показателями психологического благополучия учащихся младшей и средней школы:

-наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся младшей школы являются отношения с родителями и педагогами;

-наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся средней школы являются отношения с друзьями;

3.для школьников 11-12 лет в целом присущ необходимый уровень социально-психологической адаптации;

4.существуют значимые отличия между показателями социально-психологической адаптации учащихся младшей и средней школы:

-у учащихся младшей школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как принятие других;

-у учащихся средней школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как интернальность и стремление к доминированию;

5.существует взаимосвязь показателей исследования:

-у учащихся младшей школы между эмоциональным комфортом и отношением к педагогам и к родителям;

- у учащихся средней школы между уровнем адаптации и отношением к себе и к друзьям.

### **Теоретико-методологическая основа исследования:**

Методологические принципы: теоретической основой диссертации стали: принцип целостного подхода к личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова), субъектно-деятельностный подход (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, В.В. Знаков, С.Л. Рубинштейн, Е.А. Сергиенко).

### **Задачи исследования:**

1.изучить теоретические основы изучения эмоционального благополучия детей 11-12 лет перешедших из младших классов в среднее звено;

2.провести эмпирическое исследование психологического благополучия и особенностей социально-психологической адаптации школьников в период перехода учащихся из младших классов в среднее звено;

3.выявить отличия показателей исследования между учащимися младшей и средней школы;

4.установить взаимосвязи особенностей адаптации и аспектов психологического благополучия школьников.

**Методы исследования:** Методы получения информации: аналитический обзор литературы по проблеме исследования, беседа, опрос (методика изучения психологического благополучия школьника). Для обработки данных предполагается использовать пакет прикладных программ

статистической обработки данных STATISTICA 6.0: методы сравнения (критерий достоверности различий одновременно между тремя (данные опроса в мае 2016г., данные опроса в октябре 2016г. и данные опроса в мае 2017г.) подгруппами экспериментальной группы) – модифицированный вариант t- критерия Стьюдента; метод ранговой корреляции по U-критерию Манна-Уитни.

Надежность и валидность результатов исследования обеспечена соответствующим выбором метода анализа, собственно, результатов исследования, достаточным объемом выборки исследуемых (50 человек), наличием трех экспериментальных подгрупп, сочетанием качественного, количественного и статистического анализа результатов исследования.

#### **Методики эмпирического исследования:**

1. Методика: опросник психологического благополучия школьника для определение уровня эмоционального самочувствия ребенка в группе сверстников (Автор:Кандидат психологических наук доцент кафедры общей психологии института психологии УрГПУ Водяха С.А.)

2.Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонд. Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

#### **Этапы исследования:**

Первый этап включает в себя осмысление проблемы и поиск программы исследования.

На втором этапе проводится экспериментальная работа, сбор эмпирического материала.

Третий этап – обобщающий, несет в себе само исследование, анализ, систематизацию и обобщение всего собранного материала, оформление результатов и выводов исследования в виде магистерской диссертации.



### **Эмпирическая база исследования.**

Муниципальное автономное образовательное учреждение «средняя школа № 46» г. Екатеринбург. Учащиеся 4-5 классов (11-12 лет), перешедшие из младших классов в среднее звено в количестве 50 человек.

### **Научная новизна исследования:**

1.Выявление индивидуальных особенностей эмоционального состояния детей 11-12 лет, перешедших из младших классов в среднее звено в условиях адаптации.

2.Подготовка научно обоснованных рекомендации, учитывающих индивидуальные особенности эмоционального состояния детей 11-12 лет, перешедших из младших классов в среднее звено в условиях адаптации, для внедрения в практику деятельность школьных психологов, как структурную единицу образовательного процесса.

## **Глава 1. Теоретические основы изучения эмоционального благополучия детей 11-12 лет перешедших из младших классов в среднее звено**

### **1.1 Основные подходы к изучению эмоционального благополучия в психологии**

В современной системе образования предъявляют требования гуманизации образовательного процесса и все внимание акцентировать на личности ученика, его индивидуальности. Кроме того, ставится вопрос формирования эмоционального благополучия школьников, где эмоциональное благополучие является важнейшим составным элементом психологического благополучия. В связи с чем, изучение эмоционального благополучия необходимо начать с изучения основных подходов к психологическому благополучию.

Родственными понятиями для субъективного благополучия, часто употребляемыми в научной литературе, являются понятия «оптимизм», «удовлетворенность жизнью», «счастье». В большинстве исследований «субъективного благополучия», данное понятие рассматривается как синонимичное понятию «счастье».

Стоит отметить, что проблема психологического благополучия личности привлекла внимание исследователей в середине XX в. На современном этапе развития науки выдвигаются множество подходов к интерпретации данного феномена, зачастую, совсем разные. Под этим понятием подразумевают целый ряд близких по значению понятий, таких как: психическое здоровье, нормальная личность, позитивный стиль жизни, самоактуализованная личность, полноценно функционирующая личность и т.п.

В зарубежной психологии данный феномен изучался рядом авторов. Влияние разнообразных объективных и субъективных факторов на

психологическое благополучие личности (Э. Динер, К.Рифф). С точки зрения, К. Рифф модель психологического благополучия, которая представляет баланс, который достигается с «постоянным взаимодействием двух видов аффекта – позитивного и негативного».

По мнению, Эд. Динер, приятные эмоции и неприятные эмоции, а также удовлетворение, формируют единый показатель субъективного благополучия. При этом Эд. Динер подразделял психологическое благополучие на субъективное и объективное, и для описания первого необходимы компоненты дополняющие его. Динер напрямую отмечает, что исследование психологического благополучия должно учитывать не только непосредственно измеряемый уровень благополучия, но и принимать во внимание внутреннюю, индивидуальную систему координат.

Понятие психологического благополучия очень неоднозначно, Э. Динер, анализируя литературные данные, выделил следующие критерии субъективного благополучия:

- 1.субъективность - как феномен, понимаемый в виду индивидуального опыта;
- 2.позитивность измерения. Благополучие рассматривается как наличие каких- либо положительных критериев и ощущений;
- 3.глобальность измерения.

Субъективное благополучие обычно включает глобальную оценку всех аспектов жизни личности в период от нескольких недель до десятков лет. Отправной точкой, стало скрупулезный анализ работ К.Г. Юнга, Э. Эриксона, А. Маслоу и других психологов, изучении ими факторов позитивного функционирования личности.

Исследования К. Рифф, как отмечает Н.Н. Лепешинский, внесли большой вклад в понимании психологического благополучия. Самим автором, данный феномен определялся как базовый субъективный конструкт, который отражает восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения потенциальных возможностей.

Таким образом, в зарубежных концепциях психологического благополучия, феномен рассматривается с точки зрения субъекта, его ощущении комфорта.

В частности А.Г. Асмолов рассматривает психологическое благополучие как «системное качество человека, обретаемое им в процессе жизнедеятельности на основе психофизиологической сохранности функций». Благополучие, открывается с точки зрения «содержательной наполненности и ценности жизни в целом как средства достижения внутренних, социально ориентированных целей и является условием реализации его потенциальных возможностей и способностей» - отмечает автор.

Ряд авторов, П.П. Фесенко и Т. Д. Шевеленкова рассматривают психологическое благополучие как целостное переживание, выражающееся в субъективном ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью, а также связанное с базовыми человеческими ценностями и потребностями. Авторы ссылаются на шестикомпонентную теорию К. Рифф и выделяют актуальное психологическое благополучие и идеальное психологическое благополучие.

Н.А. Батурин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова Н.В. определяет психологическое благополучие как «интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования», таких как личностный рост, самопринятие, управление средой, автономия, цель в жизни, позитивное отношение с окружающими.

По признанию всех исследователей, психологическое благополучие обусловлено большим количеством факторов: социально-экономических, социокультурных, биологических и собственно психологических.

Исследование психологического благополучия младших школьников и подростков, в отличие от исследований взрослых, в современном мире набирает обороты. Тем не менее, расширяется объем научно-исследовательских работ, разрабатываются психометрически обоснованные инструменты исследования психологического благополучия подростков.

Степень психологического благополучия зависит по данным исследования от главного института социализации личности – семьи. Замечено, что дети из полных семей обычно более счастливы, активнее, чем те, которые проживают с одним из родителей или не имеют их. Доказано, что восприятие родителей как добрых, поддерживающих детей является одним из самых сильных условий удовлетворенности жизнью учащихся, независимо от состава семьи.

Анализируя, социальную ситуацию развития ребенка особое внимание нужно уделить сфере внутрисемейных отношений, времени возникновения семейного конфликта, его выраженности, особенностям его протекания, степени вовлеченности в него ребенка.

Рассматривая понятие психологическое благополучие с точки зрения экзистенциально – гуманистической психологии, оно представляет собой удовлетворённость жизнью, наличие смысла в ней и душевного комфорта.

Обращаясь к В. Франклу, человек с высоким уровнем благополучия, тот, который способен самостоятельно и активно управлять своей жизнью, ставить цели и стремится достичь их, склонен брать ответственность за успешность своей жизни в свои руки. «Экзистенциальный вакуум», в связи с неосмысленностью жизни, недооцениваем своего быта, приводит к низкому уровню благополучия.

Психология К. Роджерса дает возможность взглянуть на данный феномен через призму самоактуализации и самости. Личность, стремящаяся к реализации своих возможностей, принимающая себя как индивидуальность, имеющая свои убеждения и взгляды, ценности, должна субъективна быть благополучнее, чем личность с искаженным представлением о себе, не имеющая силы для достижения высоких результатов, постоянно борющаяся с внутренними конфликтами.

В исследовании П.П. Фесенко определялся не объективными показателями, а скорее эмоциональной окраской чувств и ощущений по поводу собственной жизни. Низкий уровень актуального психологического

благополучия обусловлен преобладанием негативного аффекта (общего ощущения собственной несчастью, неудовлетворенности собственной жизнью), высокий - преобладанием позитивного аффекта (ощущением удовлетворенности собственной жизнью, счастья). Фесенко П.П. считал определено, что люди с высоким уровнем благополучия ощущают счастье больше, чем люди с низким уровнем благополучия.

Кроме того, в исследованиях О.У. Бобиной, об ощущении счастья человеком, были выявлены следующие взаимосвязи счастливого человека: благосклонность к миру, доброта, ценность своего Я, высокая степень удачливости.

Синтез существующих подходов приводит к следующим выводам. Эмоциональное благополучие следует рассматривать как комплексное, интегральное явление, синтезирующее физические, психические, социальные аспекты.

Согласно утверждениям С.А. Водяхи, чувство эмоционального благополучия - целостное переживание, включающее в себя успешность функционирования индивида в социальной среде, благоприятный эмоциональный фон, функциональное состояние организма и психики и позитивно самоотношение.

В исследовании уровня притязаний у подростков М.З. Неймарк обнаружила отрицательное эмоциональное состояние в виде беспокойства, страха, агрессии, которое было вызвано неудовлетворением их притязаний на успех. Также эмоциональное неблагополучие типа тревожности наблюдалось у детей с высокой самооценкой. Они претендовали на то, чтобы быть «самыми лучшими» учениками, или занимать самое высокое положение в коллективе, то есть были высокие притязания в определенных областях, хотя действительных возможностей для реализации своих притязаний не имели. Отечественные психологи считают, что неадекватно высокая самооценка у детей складывается в результате неправильного воспитания, завышенных оценок взрослыми успехов ребенка,

захваливания, преувеличения его достижений, а не как проявление врожденного стремления к превосходству. Высокая оценка окружающих и основанная на ней самооценка вполне устраивает ребенка. Столкновение же с трудностями и новыми требованиями обнаруживают его несостоятельность. Однако ребенок стремится всеми силами сохранить свою высокую самооценку, так как она обеспечивает ему самоуважение, хорошее отношение к себе. Тем не менее, это ребенку не всегда удается. Претендуя на высокий уровень достижений в учении, он может не иметь достаточных знаний, умений, чтобы добиваться их, отрицательные качества или черты характера могут не позволить ему занять желаемое положение среди сверстников в классе. Таким образом, противоречия между высокими притязаниями и реальными возможностями могут привести к тяжелому эмоциональному состоянию. Достижение или поддержание эмоционального благополучия – это постоянный баланс на грани, нахождение в состоянии устойчивого равновесия. Психологическое благополучие находится в зоне «положительного» полюса восприятия мира и окружающих, нежели неблагополучие. В основу понятия эмоционального благополучия заложен принцип постоянной активности самого субъекта. Невозможно быть одновременно пассивным и благополучным. Несводимость благополучия к удовлетворенности, обращение к смысловым структурам требует постоянной рефлексии, оценки и переоценки наличной ситуации, что само по себе уже ведет к разрушению удовлетворенности чем-либо.

При изучении феномена эмоционального благополучия необходимо рассмотреть основные подходы к изучению эмоций как психологического явления.

Эмоции (от лат. *emovere* – возбуждать, волновать) особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т.д.) значимо действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности.

Эмоции служат организующим и мотивирующим фактором поведения человека, его личностного развития и отношений с окружающим миром.

Особенностью любой образовательной среды, характеризующейся высокой степенью психологической безопасности является наличие эмоционального благополучия субъектов образовательного пространства.

Эмоциональное благополучие (неблагополучие) – это субъективная характеристика для качественной оценки эмоционального состояния человека.

Под эмоциональным благополучием, касательно детского и подросткового возраста в определении Г.А. Урунтаевой понимается чувство уверенности, защищенности, способствующие нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

В.И. Слободчиков считает, что эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи.

Согласно исследованиям М.И. Лисиной, Т.А. Репиной - эмоциональное благополучие можно определить как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных.

А.Д. Кошелева определяет эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно - эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально-волевою, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками.

Считается, что понятие «эмоциональное благополучие» более широко, чем понятие «эмоциональное здоровье». Это можно подтвердить тем, что



Всемирная организация здравоохранения использовала именно понятие о благополучии при определении здоровья.

Показателями эмоционального благополучия человека являются нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях.

К характеристикам эмоционального благополучия ребенка младшего школьного и младшего подросткового возраста, согласно Г.А. Урунтаевой относятся:

1. уровень отношения ребенка к самому себе, сверстникам, взрослым;
2. общий эмоциональный тонус;
3. способность ребенка определять эмоциональное состояние другого;
4. уровень сопереживания, сочувствия, который ребенок демонстрирует в вербальном и невербальном плане.

Ребенку младшего школьного и младшего подросткового возраста эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне её. Именно эмоциональное благополучие является наиболее емким понятием для определения успешности развития ребенка.

Таким образом, в настоящем исследовании будет использована следующая интеграционная характеристика эмоционального благополучия: комплексное явление (интегральное переживание) синтезирующее чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон жизнедеятельности личности.

## **1.2 Психологическая характеристика детей 11-12 лет**

Составление психологической характеристики детей 11-12 лет целесообразно начать с изучения специфики психофизиологического развития детей в младшем школьном возрасте.

В младшем школьном возрасте происходят изменения во всех сферах психической деятельности-как в когнитивной, так и в эмоционально-личностной. В данном возрасте у детей значительно совершенствуется восприятие. Они умеют различать предметы по форме, величине и цвету, определять их положение в пространстве, могут нарисовать простые предметы и раскрасить в заданный цвет. Но они не умеют четко различать сходные по очертанию предметы, затрудняются в обобщении предметов. Эти навыки формируются к началу подросткового возраста.

У младших школьников преобладает непроизвольное внимание, вызванное живым интересом к происходящему, эмоционально подпитываемое и не требующее никаких усилий со стороны. Произвольное внимание развито относительно слабо, что нередко приводит к трудностям усвоения школьного материала, к снижению дисциплины. Детям младшего школьного возраста трудно сосредоточиться на чем-то, не вызывающем интерес или интересном, но требующем больших физических усилий.

Из видов памяти для детей этого возраста характерны эмоциональная и образная память, также тесно связанные с эмоциональным компонентом: запоминаются события и образы, вызвавшие бурную эмоциональную реакцию. Основной вид мышления в младшем школьном возрасте – наглядно-образное мышление. Мышлению в этом возрасте присущи конкретность, суждения по аналогии с наглядным образом, эгоцентризм (дети не могут принять другую точку зрения, поставить себя на место другого, если это не подкреплено эмоционально). Также вместо таких операций мышления, как индукция и дедукция, дети производят трансдукцию, а операции синтеза и анализа они подменяют синкретизмом. В этом возрасте активно

формируется абстрактно-логическое мышление – ребенок учится рассуждать, делать умозаключения, принимать решения, но своего пика этот вид мышления достигает в подростковом возрасте.

Устная речь младших школьников обусловлена ведущим видом мышления – наглядно-образным, и отличается конкретностью, употреблением своеобразных слов и выражений, придуманных самим ребенком в эмоционально значимых для него ситуациях. В младшем школьном возрасте происходит становление письменной речи, более абстрагированной от ситуации и иначе мотивированной (Эльконин Д.Б.). Посредством письменной речи происходит дальнейшее формирование мышления; ребенку открывается возможность чтения, которое играет существенную роль в формировании личности ребенка.

Возрастные психические новообразования младшего школьного возраста актуализируют критический период. Происходит коренная смена всей «социальной ситуации развития» ребенка, возникновение нового типа отношений со взрослым, смена одного вида деятельности другим. В соответствии с подходами Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина переходный этап между возрастами может проходить кризисно. Признаки, содержание кризисов нужно учитывать при обследовании ребенка. Переход от дошкольного детства к младшему школьному возрасту сопровождается кризисом 7 лет, начинается формирование психологической готовности к школьному обучению.

Основные признаки этого кризиса:

1. потеря непосредственности: в момент возникновения желания и осуществления действия возникает переживание, смысл которого состоит в том, какое значение это действие будет иметь для ребенка;

2. манерничество: у ребенка появляются тайны, он начинает что-либо скрывать от взрослых, строить из себя умного, строгого и т.д.;

3. симптом «горькой конфеты»: когда ребенку, плохо он старается этого не показывать.

Л.И. Божович считает, что кризис 6-7 лет связан с появлением нового, стержневого для личности ребенка системного новообразования - «внутренней позиции», которая выражает новый уровень самосознания и рефлексии ребенка.

Л.С. Выготский выделял следующие стадии кризиса младшего школьного возраста: докритическая фаза характеризуется тем, что предпосылки перехода от игровой деятельности к учебной еще недостаточно сформированы и ребенок вполне удовлетворен игрой и позицией, занимаемой в системе общественных отношений.

Возникает переживание несоответствия занимаемой позиции младшего школьника своим реальным желаниям и возможностям; посткритическая фаза наступает при постепенном освоении элементов учебной деятельности под влиянием деформированных предпосылок. Происходит постепенное осознание соответствия своих расширяющихся возможностей школьным требованиям, создается полноценная познавательная мотивация; первые успехи стимулируют эмоциональный комфорт, и негативные симптомы в поведении исчезают.

Рассмотрим особенности социальной ситуации развития детей младшего школьного возраста. Первый и самый важный момент - это начало обучения в школе. У ребенка происходит перестройка всех систем отношений с действительностью. Данные отношения становятся для ребенка центральными, потому что появляется оценочная система: хорошие отметки и хорошее поведение, оценивание исходит от учителя. От того, какие оценки он будет получать, зависят отношения со сверстниками и родителями. В учителе оказываются воплощенными требования общества.

В школе построена система определенных отношений, и ее носителем является учитель. Д.Б. Эльконин отмечал, что дети очень чутки к тому, как учитель относится к детям. Если ребенок замечает, что учитель кого-то выделяет, то уважение к нему снижается. В первое время дети строго следуют указаниям учителя, но если он проявляет лояльность по отношению

к правилу, то правило начинает разрушаться изнутри. С началом обучения в школе у ребенка изменяются отношения с окружающими людьми. Свобода дошкольного детства сменяется отношениями зависимости и подчинения определенным правилам.

К концу младшего школьного возраста, к 11-12 годам выраженными являются такие характеристики развития как преобладание в качестве ведущей деятельности учебной. В этот период данная деятельность, непосредственно направлена на усвоение знаний и умений, выработанных человечеством, так достаточно развитой становится познавательная мотивация, ученик уверенно оперирует научными понятиями, становится настоящим субъектом учебной деятельности. Специфика учебной деятельности в данном возрасте заключается также в формировании рефлексии как сформированной способности к самооценке качественных изменений в уровне знаний, умений, навыков, общего и умственного развития. Д.Б. Эльконин представил следующую структуру учебной деятельности детей 11-12 лет:

1.мотивация учения - система побуждений, которая заставляет ребенка учиться, придает учебной деятельности смысл;

2.учебная задача, т.е. система заданий, при выполнении которых ребенок осваивает наиболее общие способы действия;

3.учебные действия - те действия, с помощью которых усваивается учебная задача, т.е. все те действия, которые ученик производит на уроке (специфические для каждого предмета и общие);

4.действия контроля - те действия, с помощью которых контролируется ход усвоения учебной задачи;

5.действие оценки - те действия, с помощью которых оценивается успешность усвоения учебной задачи.

Главное достижение труда в данном возрасте - формирование и совершенствование умения планировать предстоящую работу и находить пути и средства ее реализации. У ребенка вырабатывается трудолюбие и вкус

к работе. Позитивным исходом является ощущение собственной компетентности, способности действовать наравне с другими людьми. Неблагоприятным исходом - комплекс неполноценности.

Таким образом, необходимо отметить следующие специфические черты развития детей в возрасте 11-12 лет: ребенок выходит за рамки семьи, расширяется круг значимых лиц, становится «общественным» субъектом и имеет социально значимые обязанности, меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни, появляется новый вид обязательной, общественно значимой, общественно контролируемой деятельности – учебной; меняется социальный статус, усиленно формируются мотивационные аспекты личности ребенка.

### **1.3 Специфика развития эмоциональной сферы детей 11-12 лет в период перехода из младших классов в среднее звено**

Специфика развития эмоциональной сферы детей 11-12 лет обусловлена психофизиологической перестройкой организма ребенка, когда присущие психике черты младшего школьного возраста начинают уступать место подростковым чертам.

Так по сравнению с характером эмоций младших школьников, эмоции подростков отличаются еще большей силой и трудностью в их управлении. Подросткам свойственна большая вспыльчивость, связанная с неумением сдерживать себя, слабым самоконтролем, резкостью в поведении. Подростки бурно реагируют, буквально «взрываются» на любую несправедливость к себе, даже если знают, что они неправы. Реакции подростков, в отличие от реакций младших школьников, более сильные и бурные, проявляющиеся в страстных спорах, доказательствах, выражении возмущения.

Безусловно, процесс перехода из младших классов в среднее звено детерминирует возникновение эмоциональных переживаний у учащихся. При

переходе в основную школу у каждого ребенка повышается психическая напряженность, так как в это время расширяется круг потенциальных тревог.

На самоопределение школьника 11-12 лет значительно влияет отношение окружающих к нему как к личности. С ростом самосознания у школьников 11-12 лет продолжается формирование характера, как и прежде основными факторами, влияющим на формирование личности школьников 11-12 лет остаются социальная среда – семья и школа. Если поведение ребенка ранее в младшем школьном возрасте было обусловлено одобрением, принятием и поощрением личности ребенка, то сформированные устойчивые черты характера, высокая мотивированность к учебной деятельности закрепляются и чаще всего сохраняются и в дальнейшем. Если же поведение ребенка порицалось, родители испытывали неприятие ребенка, не воспитывались в ребенке трудовые и социальные навыки, то нередко период обучения и в основной школе будет сопровождаться проблемами в обучении и взаимодействии с социумом, что отчасти детерминировано внутренними конфликтами ребенка.

Период 11-12 лет отчасти схож с периодом 7 лет, точнее происходящим в этот период кризисом, когда у детей наблюдается аффективный уровень нервно-психического реагирования, он выражается проявлениями страхов, агрессии, негативизма и повышением эмоциональной возбудимости.

Ведущий страх в возрасте 11-12 лет - страх не соответствовать социальным требованиям ближайшего окружения, будь это школа, среда сверстников или семья. Конкретными формами переживания данного страха являются страхи не успеть, опоздать, сделать не то, не так, быть осужденным или наказанным, осмеянным.

При переходе в основную школу второй раз происходит стандартизация условий жизни школьника, в результате которой выявляется множество отклонений от предначертанного пути развития. Эти отклонения могут лечь в основу страхов, тревоги, вызывают отрицательные эмоции и угнетенные состояния.

Характер эмоциональных переживаний школьников 11-12 лет находится в зависимости от сложившихся в классе отношений между учениками и учителем, а также между конкретным учеником и учителем, от взаимоотношений, которые образуют определенное эмоциональное взаимодействие, влияющее на самоощущение ребенка в основной школе.

К факторам, вызывающим эмоциональные переживания в начале обучения в основной школе, относятся необходимость осваивать «новую школьную территорию», увеличение количества учебных дисциплин, неуспехи в овладении теми или иными учебными предметами, смена классного руководителя, необходимость адаптироваться к новому (или измененному) классному коллективу, неуспешность во взаимодействии с учителями или одноклассниками.

Согласно К.С. Бондаренко, причина конфликтных ситуаций в общении взрослых со школьником 11-12 лет объясняется изменением отношения младшего подростка к действительности: изменение позиции ребенка по отношению к самому себе и ко всем взрослым, в том числе к учителям и родителям. Тревожность и другие эмоциональные переживания возникают в ситуациях отвержения сверстниками, в результате несоответствия личностных ожиданий оценке референтной группы сверстников (появляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личных взаимоотношений класса).

Возникновение эмоциональных переживаний вызвано не только поводом оценки младших подростков другими, но и самооценкой. Для младших подростков как никогда характерны переживания, связанные с отношением к себе, к собственной личности и почти все они оказываются отрицательными.

Таким образом, развитие эмоциональной сферы детей 11-12 лет в период перехода из младших классов в среднее звено является весьма сложным периодом, практическим проявлением которого можно считать достижение адаптации школьника к обучению и условиям школьной жизни.



В данном исследовании адаптация рассматривается как процесс освоения ребенком новых для него социальных ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его социального окружения – родителей, учителей, сверстников, других людей, всего социума.

Школьная адаптация представлена как определенным образом организованная психологическая целостность, в которой выделяются некоторые элементы или подсистемы: эмоциональная адаптация, интеллектуальная адаптация и социально-психологическая адаптация. Эмоциональная адаптация зависит от взаимодействия характеристик психофизиологического и психологического уровней организации индивида. Психологический уровень связан с интеллектуальными особенностями и мотивацией учения. Социально-психологическая адаптация обуславливается взаимодействием индивида с ближайшим социальным окружением.

В психолого-педагогических исследованиях аспекты школьной адаптации конкретно в период перехода из младших классов в среднее звено практически не исследуются. В отечественной науке преимущественно адаптация исследуется в русле школьной адаптации в целом, и существенное внимание уделяется изучению школьной адаптации при поступлении в первый класс.

Исследования школьной адаптации можно свести к следующим позициям: развитие ребенка как процесс и результат его деятельности (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн и др.); особенности социальной адаптации человека к окружающему миру (Г.М. Андреева, А.В. Мудрик, А.В. Петровский, В.А. Сластенин); особенности адаптации школьника к новым условиям систематического обучения в коллективе сверстников (М.М. Безруких, Л.И. Божович, А.Л. Венгер, Н.И. Гуткина, И.В. Дубровина, Р.В. Овчарова, К.Т. Патрица, Д.Б. Эльконин).

В качестве основных социально-психологических параметров адаптационной готовности выделяются установка на взаимодействие, достаточно высокая самооценка, способность к саморегуляции,

сформированная субъектная позиция, сосредоточенность на объекте или ситуации, а не на себе, адекватное восприятие трудностей, толерантность и гибкость в поведении, а также сформированные представления о среде адаптации, и ее культурно-ценностной системе.

Переход в основную школу оказывает большое влияние на жизнь младшего школьника, с этого момента окружающие начинают предъявлять к нему новые требования, которым он должен соответствовать. В зависимости от успешности их выполнения начинают складываться новые отношения с родителями, а также с новыми людьми в его жизни: учителями и одноклассниками. Такие глобальные изменения требуют определенных усилий со стороны бывшего младшего школьника, благодаря чему второй раз начинается процесс школьной адаптации.

Успешность школьной адаптации во многом определяется уровнем подготовленности ребенка к обучению в основной школе. Синтез различных точек зрения на феномен школьной адаптации и учет специфики развития детей в 11-12 лет позволил рассматривать ее в системе трех координат:

1.морфофункциональной зрелости (представляющей собой «естественный» потенциал и необходимое, но не достаточное, условие для развития социальных форм психической деятельности);

2.психологической готовности (определяющей развитие операционных механизмов и соответствие функциональных возможностей учащегося требованиям усвоения учебной программы);

3.социально-психологической готовности (отражающей возможность «осуществления» учащимся или, другими словами, реализации его потенциальных возможностей в соответствующей социальной среде).

Рассматривая уровни школьной адаптации учащихся в возрасте 11-12 лет выделяют три возможных ее типа:

- успешная;
- недостаточно успешная;
- критическая.

Неблагополучное течение адаптации у школьников на уровне общего образования характеризуется агрессивностью и неблагоприятным социометрическим статусом, а также низким уровнем развития креативности.

Субъективным критерием успешности школьной адаптации является показатель эмоционального благополучия школьников 11-12 лет. Определяющим условием успешной адаптации ребенка на уровне основной ступени образования является уровень развития когнитивных возможностей ребенка. Готовность к обучению в основной школе, в свою очередь, можно рассматривать с позиции морфофункциональной зрелости, психологической и социально-психологической готовности и степени успешности пройденного обучения в начальной школе.

Таким образом, окончание начальной школы и формирование готовности ребенка к более серьезному периоду обучения – среднему звену детерминирует склонность ребенка к психоэмоциональной напряженности. Так новая социальная ситуация перехода в основное звено ужесточает условия жизни ребенка и выступает для него как стрессогенная. У ребенка может негативно изменяться эмоциональное состояние, повышаться психическая напряженность, что может отражаться как на физическом здоровье, так и на поведении.

Характер предстоящей адаптации ребенка к новым условиям обучения в среднем звене и отношение к нему со стороны родных способствуют развитию, прежде всего, мотивационных аспектов личности.

### **Выводы по главе 1**

Подводя итоги главы, необходимо сделать следующие выводы.

К специфическим чертам развития детей в возрасте 11-12 лет относятся значительные перемены в личностном и особенно эмоциональном аспектах: становление учащегося «общественным» субъектом учебной деятельности и школьной жизни, приобретение социально значимых обязанностей, смена интересов, смена социального статуса, усиленное формирование ценностно-смысловой и мотивационных сфер личности.

Школьная адаптация представляет собой процесс освоения ребенком новых для него социальных ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его социального окружения – родителей, учителей, сверстников, других людей, всего социума. Субъективным критерием успешности школьной адаптации учащихся 11-12 лет является показатель эмоционального благополучия.

Эмоциональное благополучие в психологической науке рассматривается как компонент психологического здоровья в дошкольном возрасте, так как от эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность его взаимодействия с окружающими его людьми, а значит, и успешность его социального развития.

Эмоциональное благополучие - это комплексное явление (интегральное переживание) синтезирующее чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон жизнедеятельности личности.

Именно эмоциональное благополучие школьников при переходе из начальной школы в основное звено является тем ресурсным проявлением личности, которое раскрывает ее самодостаточность, способность адекватно воспринимать себя и окружающих; успешно адаптироваться к условиям обучения в основной школе.

К характеристикам эмоционального благополучия школьника 11-12 лет относятся уровень отношения к самому себе, сверстникам, взрослым, общий эмоциональный тонус, способность определять эмоциональное состояние другого, уровень сопереживания, сочувствия, который школьник демонстрирует в вербальном и невербальном уровне.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование эмоционального благополучия школьников 11-12 лет**

### **2.1 Организация и методы исследования**

**Цель исследования**—изучение факторов и отличий эмоционального благополучия школьников 11-12 лет, установление взаимосвязей между аспектами психологического благополучия и особенностей социально-психологической адаптации.

#### **Гипотезы исследования:**

1. для школьников 11-12 лет в целом присуще испытывать психологическое благополучие;

2. существуют значимые отличия между показателями психологического благополучия учащихся младшей и средней школы:

-наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся младшей школы являются отношения с родителями и педагогами;

-наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся средней школы являются отношения с друзьями;

3. для школьников 11-12 лет в целом присущ необходимый уровень социально-психологической адаптации;

4. существуют значимые отличия между показателями социально-психологической адаптации учащихся младшей и средней школы:

-у учащихся младшей школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как принятие других;

-у учащихся средней школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как интернальность (механизмы социального контроля за своей жизнью) и стремление к доминированию;

5. существует взаимосвязь показателей исследования:

-у учащихся младшей школы между эмоциональным комфортом и отношением к педагогам и к родителям;

- у учащихся средней школы между уровнем адаптации и отношением к себе и к друзьям.

#### **Задачи исследования:**

- 1.определить уровень эмоционального благополучия школьников в период перехода учащихся из младших классов в среднее звено;
- 2.выявить особенности социально-психологической адаптации школьников;
- 3.выявить отличия показателей исследования между учащимися младшей и средней школы;
- 4.установить взаимосвязи особенностей адаптации и аспектов эмоционального благополучия школьников.

**Выборку исследования** составили учащиеся 4-5 классов МАОУ «Средняя школа № 46» г. Екатеринбург. В возрасте 11-12 лет. Количество испытуемых 50 чел., из них 25 мальчиков и 25 девочек.

#### **Этапы исследования:**

- 1 этап – май 2016г. На данном этапе проведена диагностика учащихся 4 классов.
- 2 этап – октябрь 2016г. На данном этапе проведена диагностика учащихся 5 классов.
- 3 этап – май 2017г. На данном этапе проведена диагностика учащихся 5 классов.

#### **Методики исследования:**

- 1.Опросник психологического благополучия школьника (С.А. Водяха) (приложение 1)

Цель - диагностика психологического благополучия учащихся.

Опросник состоит из 5 шкал:

- отношения к друзьям,
- отношение к школе,
- отношение к педагогам,
- отношения с родителями,

-отношение к себе.

Методика содержит 30 вопросов. Предъявляется ребенку на индивидуальном бланке.

2. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонд (приложение 2)

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений.

Авторами выделяются следующие шесть интегральных показателей:

- адаптация;
- приятие других;
- интернальность;
- самовосприятие;
- эмоциональная комфортность;
- стремление к доминированию.

В качестве **методов математической обработки** данных использован анализ с помощью модифицированного варианта t- критерия Стьюдента; метода ранговой корреляции по U-критерию Манна-Уитни.

## **2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования**

Результаты исследования, полученные с помощью опросника психологического благополучия школьника (С.А. Водяха) представлены в таблице 1.

Результаты исследования сгруппированы по этапам (в 2016г. – результаты исследования испытуемых: в мае - учащихся 4 класса, в октябре – учащихся 5 класса, май 2017г. - результаты исследования испытуемых учащихся 5 класса).

Таблица 1 – Показатели психологического благополучия школьников, баллы

Аспекты психологического благополучия	Значения Май 2016г.	Значения Октябрь 2016г.	Значения Май 2017г.	Среднеарифметические значения за период исследования
Отношения с друзьями	23,8	22,9	22,8	22,5
Отношение к школе	19,5	19,1	18,5	18,9
Отношение к педагогам	21,8	18,8	16,4	17,9
Отношения с родителями	25,1	24,9	25,0	25,2
Отношение к себе	19,1	18,2	17,8	17,4

Показатели исследования психологического благополучия школьников, полученные с помощью Т-критерия Стьюдента представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Показатели исследования психологического благополучия школьников, полученные с помощью Т-критерия Стьюдента

Аспекты психологического благополучия	Т-критерий значение (октябрь 2016г./май 2016г.)	Т-критерий значение (май 2016г./май 2017г.)	Т-критерий значение (октябрь 2016г./май 2017г.)
Отношения с друзьями	2,6190520	2,0610215	4,90212452
Отношение к школе	2,9460110	1,9892015	2,1321145
<b>Отношение к педагогам</b>	2,8053325	2,0165526	<b>1,9800999</b>
Отношения с родителями	4,0311115	4,0305685	2,0285563
Отношение к себе	4,7812596	2,9459851	2,714574

В ходе исследования использование метода Т-критерия Стьюдента позволило выявить значимые отличия показателей по шкале «Отношение педагогам» на первом и третьем этапах исследования, то есть показатели отношения к педагогам у школьников в начале учебного года в 4 классе и у школьников в конце 5 класса имеют статистические значимые различия (1,9800999 при  $p < 0,05$ ). Так отношение к педагогам у четвероклассников значимо выше, чем у пятиклассников, что может быть обусловлено спецификой младшего школьного возраста, когда ведущей деятельностью является учебная и весьма высоким является авторитет педагога, его фигура является одной из самых значимых для ребенка. В противовес тому, что в младшем подростковом возрасте начинает доминировать в качестве ведущей



деятельности – общение со сверстниками, когда происходит смена ценностей и авторитетов, и значимость фигуры педагога для младшего подростка сильно уменьшается.

По остальным шкалам психологического благополучия не выявлено статистически значимых отличий. Поэтому проведем анализ и интерпретацию среднеарифметических значений за период исследования.

Наглядно обобщенные показатели психологического благополучия школьников 11-12 лет представлены на рисунке 1.

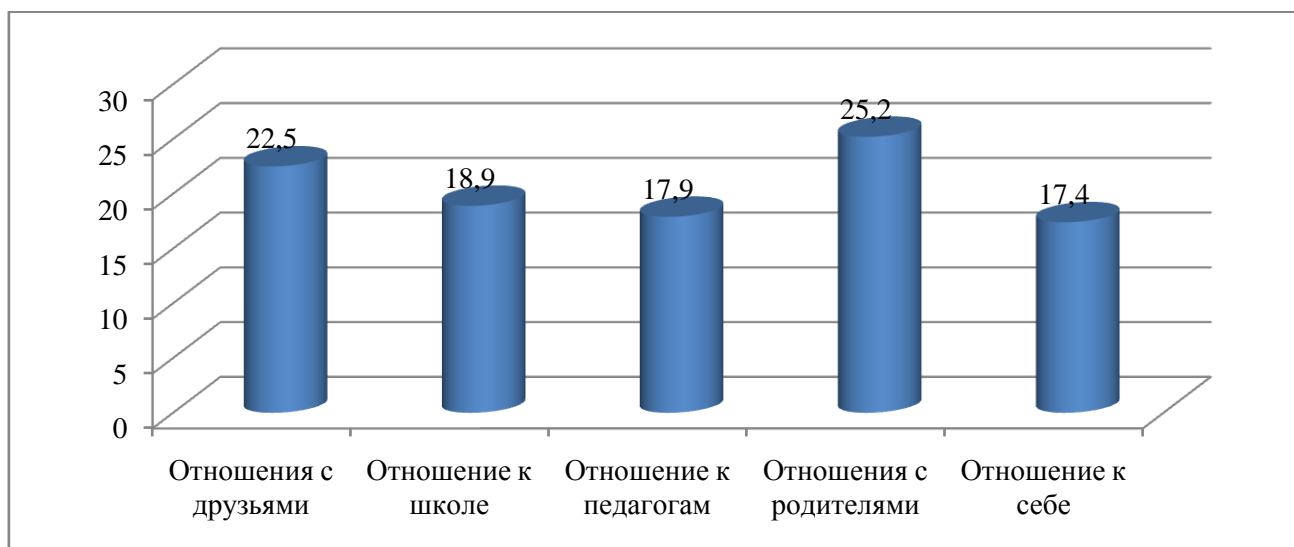


Рис. 1 Обобщенные показатели психологического благополучия школьников 11-12 лет, баллы

На основании полученных данных можно заключить, что испытуемые школьники наиболее удовлетворены таким аспектами психологического благополучия как отношениями с родителями и отношениями с друзьями. В наименьшей степени они удовлетворены отношениями с педагогами и школой. Отношение к себе имеет наименьшее по сравнению с другими аспектами психологического благополучия значение.

Достаточно высокие показатели психологического благополучия в отношениях с друзьями и с родителями, возможно, обусловлены спецификой возраста, точнее переходным периодом между младшим школьным возрастом, когда отношения с родителями являются важнейшим аспектом,

так как референтной группой всё же остается семья, где родитель – это значимый и уважаемый взрослый. В то же время высокий показатель благополучия в отношениях с друзьями позволяет сделать вывод о проявлении специфики развития личности в подростковом возрасте, когда происходит смена референтной группы с семьи на группу сверстников, когда самыми близкими и значимыми становятся сверстники (друзья, одноклассники). Однако так как испытуемые на третьем этапе исследования относились к младшему подростковому возрасту, то вероятно такие негативные явления как отвержение авторитета родителей, и как следствие конфликты в семье еще не имеют развития, отношения между испытуемыми и родителями в большей степени остаются положительными.

Весьма низкие оценки таких аспектов психологического благополучия школьников как отношение к себе, к школе и к педагогам 12-летних учащихся можно также объяснить как «внутренними», так и «внешними» факторами. Под «внутренними» факторами подразумевается комплекс специфических черт развития личности в подростковом возрасте. В частности подросток часто «раздираем» внутренними процессами: поиска себя, понимания себя, идентификации себя с конкретной личностью или некой референтной группой; попытками самовыражения и поиска понимания и поддержки. В данном случае эмоциональная сфера школьника 11-12 лет является весьма уязвимой и в большой степени обусловлена «отраженным» отношением к себе. Так характер эмоциональных переживаний школьников 11-12 лет находится в тесной зависимости от сложившихся в классе отношений между коллективом учеников и учителями, между конкретным учеником и учителем, между конкретными учениками. В этом возрасте ученик весьма чувствителен к настроениям и типу взаимоотношений, сложившихся в школьном и классном коллективах.

Безусловно, школьник 11-12 лет еще не имеет необходимого уровня коммуникативной компетентности и личностной зрелости, чтобы быстро и безболезненно адаптироваться в коллективе, поэтому даже незначительные

негативные ситуации в общении, как со сверстниками, так и с педагогами (ситуации отвержения сверстниками, в результате несоответствия личностных ожиданий оценке референтной группы сверстников, чьи-то чрезмерные притязания на определенное положение в системе деловых и личных взаимоотношений класса) вызывают негативные эмоциональные переживания, часто образуя устойчивое чувство тревоги.

Под «внешними» факторами, обуславливающими аспекты психологического благополучия школьников 11-12 лет стоит рассмотреть изменения в ролевой и деятельностной сферах: необходимость осваивать «новую школьную территорию», увеличение количества учебных дисциплин, неразвитость учебных навыков в овладении теми или иными учебными предметами, смена классного руководителя, необходимость адаптироваться к новому (или измененному) классному коллективу, неразвитость навыков взаимодействия с несколькими учителями, а так же с одноклассниками.

Выявленные высокие показатели психологического благополучия школьников 11-12 лет относятся к тем аспектам их жизни, которые им знакомы, к тем сферам, где они усвоили навыки. Это отношения с родителями и друзьями. Низкие показатели психологического благополучия школьников 11-12 лет относятся к тем аспектам их жизни, которые для них еще незнакомы - это отношения к школе, педагогам и к себе, что обусловлено факторами: смена условий начальной школы на среднюю, переход к более ответственной и взрослой роли, значительное увеличение количества педагогов, снижение «опекающей» роли классного педагога, повышение требований к личностной и учебной компетентности, появление новых личностных потребностей, черт, потеря чувства безопасности и относительного владения ситуациями общения и взаимодействия.

С помощью методики диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонда выявлены особенности социально-психологической адаптации школьников 11-12 лет (табл. 3).

Таблица 3 - Особенности социально-психологической адаптации школьников, баллы

Шкала	Значения Октябрь 2016г.	Значения Май 2016г.	Значения Май 2017г.	Среднеарифметические значения за период исследования
Адаптация	89,5	80,8	70,8	75,6
Самопринятие	26,7	24,5	26,1	25,2
Принятие других	22,9	21,9	22,8	22,7
Эмоциональный комфорт	20,8	20,1	21,5	20,7
Интернальность	41,5	53,8	59,7	51,8
Стремление к доминированию	8,9	8,6	8,4	8,8

Показатели исследования социально-психологической адаптации школьников, полученные с помощью Т-критерия Стьюдента представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Показатели исследования социально-психологической адаптации школьников, полученные с помощью Т-критерия Стьюдента

Аспекты психологического благополучия	Т-критерий значение (октябрь 2016г./май 2016г.)	Т-критерий значение (май 2016г./май 2017г.)	Т-критерий значение (октябрь 2016г./май 2017г.)
<b>Адаптация</b>	2,0794523	4,0859612	<b>1,9639456</b>
Самопринятие	2,0638596	3,1825698	2,7625236
Принятие других	2,0558741	2,8024596	2,5981023
Эмоциональный комфорт	2,0291187	2,0631152	2,0369655
<b>Интернальность</b>	4,4256232	2,8017745	<b>2,7764451</b>
Стремление к доминированию	3,3055652	2,0798523	2,0391185

В ходе исследования использование метода Т-критерия Стьюдента позволило выявить значимые отличия показателей по шкалам «Адаптация» на первом и третьем этапах исследования, то есть показатели степени адаптированности у школьников в начале учебного года в 4 классе и у школьников в конце 5 класса имеют статистические значимые различия (1,9639456 при  $p < 0,05$ ), так уровень адаптированности к условиям школьной жизни у четвероклассников значимо выше, чем у пятиклассников. Значимые отличия по шкале «Интернальность» (2,7764451 при  $p < 0,05$ ) позволяют констатировать, что уровень интернальности у пятиклассников в конце

учебного года значительно выше, чем у четвероклассников в начале учебного года.

По остальным шкалам социально-психологической адаптации не выявлено статистически значимых отличий. Поэтому проведем анализ и интерпретацию среднеарифметических значений за период исследования.

Наглядно особенности социально-психологической адаптации школьников 11-12 лет представлены на рисунке 2.

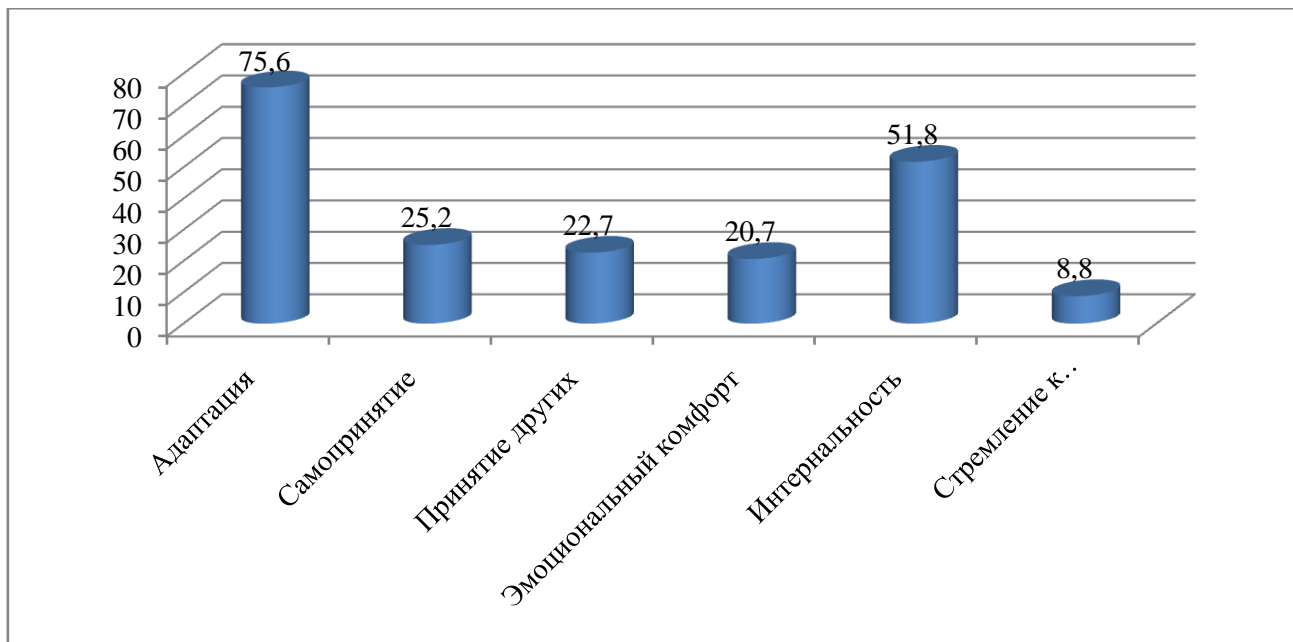


Рис. 2 Особенности социально-психологической адаптации школьников 11-12 лет, баллы

Полученные показатели позволяют сделать вывод об особенностях социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности школьников 11-12 лет.

Показатель адаптации испытуемых-пятиклассников (в начале и в конце 5 класса) находится в диапазоне нормы, однако близок к границе диапазона дезадаптации, что позволяет заключить, что испытуемым присуща, но в слабой степени адаптация как комплекс таких сформированных черт как установка на взаимодействие, развитые навыки взаимодействия со сверстниками и педагогами, достаточно высокая самооценка, способность к саморегуляции, сформированная субъектная позиция, сосредоточенность на объекте или

ситуации, а не на себе, адекватное восприятие трудностей, толерантность и гибкость в поведении, а также сформированные представления о среде адаптации и ее ценностной системе.

Наличие выявленных статистически значимых отличий между четвероклассниками и пятиклассниками позволяет акцентировать внимание на социально-психологических и физиологических специфических чертах данного переходного периода. Когда переход в основную школу оказывает большое влияние на жизнь младшего школьника, с этого момента окружающие начинают предъявлять к нему новые требования, которым он должен соответствовать. Столь значительные изменения требуют определенных усилий со стороны бывшего младшего школьника, благодаря чему второй раз начинается процесс школьной адаптации.

С учетом того, что основными факторами, влияющими на успешность адаптации являются морфофункциональная зрелость (в виде наличия необходимого уровня развития форм психической деятельности школьника); психологическая готовность (в виде наличия развитых операционных механизмов и функциональных возможностей учащегося), то их необходимое развитие гарантирует наличие уже более конкретных операциональных социально-психологических навыков школьника (коммуникативные, перцептивные навыки и умения), позволяющих успешно адаптироваться в школьной среде.

По шкале «самопринятие» показатели школьников на всех этапах исследования, также находясь в диапазоне нормы, близки к границе непринятия себя. Трудности в данном случае обусловлены описанными выше внутренними и внешними факторами, отражающими специфику данного переходного периода: высокую уязвимость эмоциональной сферы школьника и высокий уровень зависимости школьника от внешних обстоятельств, ситуаций успеха и неудачи.

При этом получены достаточно высокие показатели по шкалам «принятие других» и «эмоциональный комфорт» на всех этапах

исследования, что может свидетельствовать либо о безоценочном, некритичном отношении к школьной среде у испытуемых, либо о том, что в целом школьная жизнь является для испытуемых весьма приемлемой, более или менее безопасной и комфортной, где педагоги и другие учащиеся воспринимаются на безусловном уровне как авторитетные фигуры.

Полученные значимые отличия между четвероклассниками и пятиклассниками по показателям интернальности, свидетельствуют о том, что для школьников 12 лет более присущ высокий уровень субъективного контроля, чем на возрастном этапе 11 лет. Так для 12-летних учащихся средней школы (5 класс) более, чем для 11-летних учащихся младшей школы (4 класс) свойственно испытывать ответственность за происходящие с ним события, более присуще убеждение, что всё зависит, прежде всего, от его стараний и личностных качеств (компетентности, целеустремленности, уровня способностей и т.п.), более присуще принимать ответственность за неудачи на себя, понимая, что они являются закономерными следствиями его собственной деятельности, а не следствием внешних обстоятельств и действий других людей.

Наличие данного личностного образования, сущность которого состоит в склонности принимать ответственность за свою жизнь на себя, у испытуемых 12-летних учащихся средней школы можно охарактеризовать как весьма положительный момент, как важнейший аспект формирования личности испытуемого (мотивационной и ценностно-смысловой сфер), как проявление специфики перехода от младшего школьного возраста к подростковому, когда преобладание внутреннего локус-контроля позволяет подростку пережить необходимые внутренние процессы и явления (самопоиск, самопознание, самоидентификация и т.д.).

Средний уровень значения показателей стремления к доминированию у школьников на всех этапах исследования, позволяет сделать предположение о том, что данный показатель как элемент мотивационно - потребностной сферы, желание контролировать свое социальное окружение, воздействовать

на других не является насущной потребностью и сформированным навыком испытуемых. Так как на данном этапе для испытуемых школьников 11-12 лет более важными являются внутренние процессы формирования личности, овладения конкретными учебными навыками и социальными навыками взаимодействия без которых доминирование не будет возможным. Также стоит предположить, что полученные оценки свидетельствуют о проявлении осознания того, что на данном и следующем этапах развития доминирование в классном коллективе возможно на основе конкретных учебных и деятельностных заслуг, а не только на основе развитых коммуникативных навыков или эмоциональных проявлений, как это было раньше на этапе начальной школы. То есть у школьников появляется понимание того, что доминирование в позитивном ключе должно быть основано на конкретных заслугах в учебе, а не на умении подавлять и подчинять других.

Таким образом, выявлены значимые отличия между показателями исследования учащихся 4 и 5 классов в аспектах адаптации, интернальности и отношения к педагогам.

Школьники 11-12 лет имеют потребность и достаточно развитую готовность к успешной адаптации и получению психологического благополучия, однако не владеют на достаточном уровне развития необходимыми навыками и не имеют условий готовности на психологическом и физиологическом уровнях.

Полученные результаты обуславливают необходимость проведения дальнейшего исследования с целью установления взаимосвязи уровней эмоционального комфорта с уровнем адаптации личности школьников и установления взаимосвязи особенностей адаптации и аспектов психологического благополучия школьников.

Эмпирическое исследование с целью установления взаимосвязи уровней эмоционального комфорта с уровнем адаптации личности школьников и установления взаимосвязи особенностей адаптации и аспектов психологического благополучия школьников проведено с помощью метода



ранговой корреляции по U-критерию Манна-Уитни. Полученные результаты аналогично сгруппированы по возрастам: 11 лет – 4 класс (рис. 3), 12 лет – 5 класс (рис. 4).

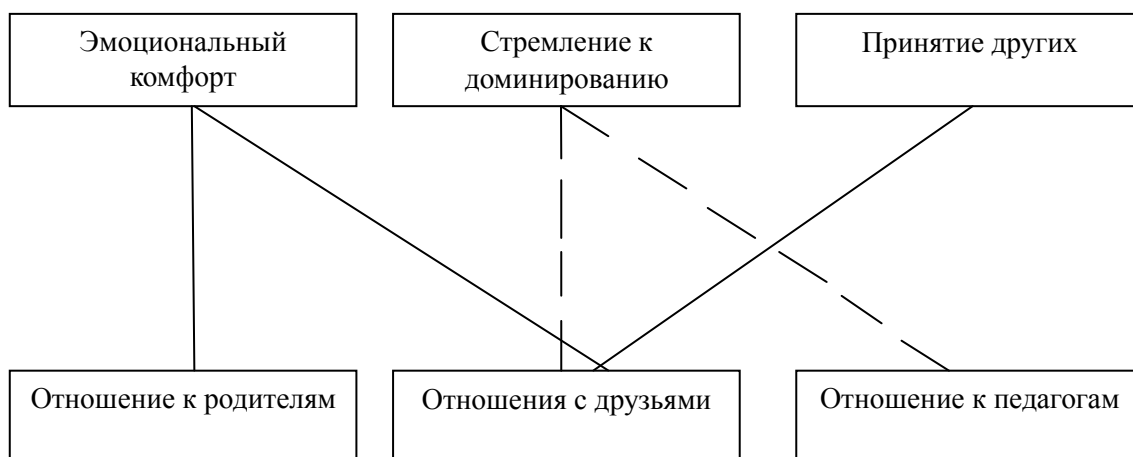


Рис. 3 Схема взаимосвязи показателей психологического благополучия и социально-психологической адаптации учащихся 4 класса

Проведенный корреляционный анализ позволил установить значимые взаимосвязи между показателями исследования в подгруппе учащихся 4 класса, а именно 3 положительных и 2 отрицательных корреляции. Установлено, что показатель эмоционального комфорта имеет положительную взаимосвязь с показателем «отношение к родителям» ( $r_s = -0,302$  при  $p < 0,05$ ) и показателем «отношение к друзьям» ( $r_s = +0,248$  при  $p < 0,05$ ). Что свидетельствует о том, что эмоциональный комфорт учащихся младшей школы детерминирован в большей степени благополучием в отношениях в семье и благополучием с точки зрения дружеских отношений с одноклассниками. Наличие эмоционального комфорта и благополучия в семье является необходимым фактором успешной учебы и адаптации четвероклассников в школьной среде. Здесь можно предположить, что поддержка родителей, помощь в учебе и принятие важности роли ученика в семейной среде является необходимостью для получения эмоционального комфорта в школе.

Также можно предположить, что отношения с педагогами для учащихся 4 класса не являются столь значимыми, как было предположено в выдвинутой гипотезе. По всей видимости, отношения с педагогами для учащихся 4 класса представляют собой нечто безусловное, когда учащиеся еще не имеют сформированного оценочного критического отношения к педагогам, воспринимают их в большей степени как безусловный авторитет.

Эмоциональное благополучие в отношениях с друзьями детерминировано наличием принятия других ( $r_s = - 0,707$  при  $p < 0,001$ ), что может быть истолковано с одной стороны как наличие необходимого ощущения того, что ребенок принят в коллектив класса и потребностью в самоидентификации себя с другими детьми в качестве одноклассников, то есть членов классного коллектива, объединенного одной целью. С другой стороны стремление к приятию других может быть истолковано как отсутствие сформированного оценочного критического отношения к друзьям, что, в свою очередь, может быть обусловлено отсутствием у детей такой сформированной способности как рефлексия, которая представляет собой способность самооценки, самоотражения, самокритики. На данном возрастном этапе ребенок относится к себе в большей степени безоценочно в целом как к личности, ему еще не присущи тенденции подросткового возраста, когда начинает преобладать интернальность, интровертированность в целях поиска и осмысления себя. Поэтому отношение к другим на данном этапе более безоценочное, основано на принятии других, такими какие они есть.

Также психологическое благополучие в отношениях с друзьями имеет обратную взаимосвязь со стремлением к доминированию ( $r_s = - 0,433$  при  $p < 0,01$ ), что, по всей видимости, обусловлено потребностью в построении дружеских отношений на основе равенства, партнерства, общих интересов. Стремление к доминированию на данном возрастном этапе не является фактором, привлекающим других детей, так как пока нет присущих для подросткового возраста стремлений к созданию неких групп друзей в

зависимости от интересов, классный коллектив в большей степени воспринимается как единый организм.

Обратная взаимосвязь между стремлением к доминированию и отношению к педагогам ( $r_s = + 0,316$  при  $p < 0,05$ ) может быть истолкована как наличие выраженной потребности к отношению к педагогам как безусловным помощникам, наставникам, друзьям и отчасти «вторым родителям». На данном возрастном этапе преобладание учебной деятельности в качестве ведущей обуславливает потребность ребенка в гармоничных и конструктивных отношениях с педагогами.

Таким образом, выявлены взаимосвязи показателей эмоционального комфорта учащихся 4 класса и отношения к родителям, и к друзьям; между отношением с друзьями и принятием других; между стремлением к доминированию и отношениями с друзьями и с педагогами.

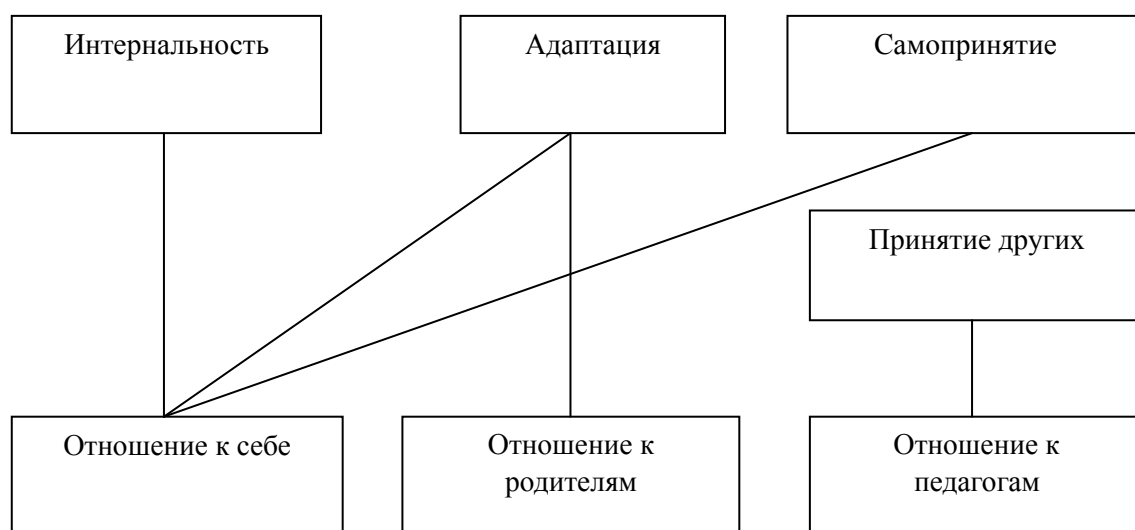


Рис. 4 Схема взаимосвязи показателей психологического благополучия и социально-психологической адаптации учащихся 5 класса

Проведенный корреляционный анализ позволил установить значимые взаимосвязи между показателями исследования в подгруппе учащихся 5 класса, а именно 5 положительных корреляций.

Выявлена взаимосвязь между показателями адаптации и отношением к себе ( $r_s = - 0,302$  при  $p < 0,05$ ) и к родителям ( $r_s = + 0,553$  при  $p < 0,05$ ). Что позволяет заключить, что уровень адаптации обусловлен психологическим комфортом в отношении к себе. Для школьника данного возрастного этапа наличие принятия и одобрения себя, наличие аспектов самоидентификации является необходимым условием адаптации в школьной среде. Понимание и одобрение себя позволяет школьнику 12 лет иметь сформированную установку на взаимодействие, позволяет развить или успешно использовать навыки взаимодействия как со сверстниками, так и с педагогами. Знание, принятие и одобрение себя позволяет школьнику в данном возрасте успешно осуществлять саморегуляцию, иметь субъектную позицию, проявлять сосредоточенность в учебных ситуациях, адекватно воспринимать трудности, проявлять толерантность и гибкость в поведении, иметь в той или иной степени сформированную систему ценностей.

Второй важнейший фактор, детерминирующий успешность адаптации школьников 12 лет к условиям средней школы является отношение к родителям, а не к друзьям, как было предположено в выдвинутой гипотезе. По всей видимости, на данном этапе не теряют значимость наличие эмоционального комфорта и благополучия в семье как необходимых факторов успешной учебы и адаптации четвероклассников в школьной среде. Здесь можно предположить, что поддержка родителей, помощь в учебе и принятие важности роли ученика в семейной среде является необходимостью для достижения успешной адаптированности в школьной среде.

Такой аспект психологического благополучия как отношение к себе имеет взаимосвязь между интернальностью ( $r_s = + 0,381$  при  $p < 0,05$ ) и самопринятием ( $r_s = + 0,640$  при  $p < 0,001$ ). Наличие интернальности как

склонности испытывать ответственность за происходящие события, стремления к стараниям, быть компетентным, целеустремленным является для 12-летних школьников важнейшей основой формирования «Я», осознания себя как личности.

Также важно для школьников 12 лет самопринятие, позволяющее наряду с принятием со стороны семьи и педагогов достичь психологического благополучия, сформировать навыки учебы, общения и взаимодействия. Стоит повторить, что на данном возрастном этапе актуальными для младшего подростка постепенно становятся вопросы поиска себя, самоидентификации, планирования своего будущего.

Взаимосвязь между показателями отношения к педагогам и принятия других ( $r_s = + 0,606$  при  $p < 0,01$ ) позволяет предположить, что для школьников 12 лет становятся важными такие черты педагогов как демократичность, коммуникативность, умение принимать учеников такими, какие они есть, умения конструктивного взаимодействия, что составляют как личностную, так и педагогическую компетентность в целом. На данном этапе ученики становятся чувствительными к таким проявлениям со стороны педагогов как стремление к доминированию, отсутствие эмпатии, отсутствие стремления к пониманию, чрезмерная критика. Что вполне нормально для младшего подросткового возраста, когда начинают происходить существенные психофизиологические изменения в организме учащихся, приводящие к обостренной чувствительности, эмоциональности, замкнутости и т.д.

Таким образом, выявлены взаимосвязи показателей адаптации учащихся 5 класса и отношения к родителям, и к себе; между отношением к себе интернальностью и самопринятием; между отношением к педагогам и принятием других.

Подводя итоги главы, необходимо сделать следующие выводы.

Проведенное эмпирическое исследование психологического благополучия школьников 11-12 лет, позволило получить эмпирическое подтверждение следующих утверждений выдвинутой гипотезы:

1.Эмпирически доказано, то для школьников 11-12 лет в целом присуще испытывать психологическое благополучие.

2.Выявлено, что существуют значимые отличия между показателями психологического благополучия учащихся младшей и средней школы: эмпирически доказано, что наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся младшей школы являются отношения с педагогами.

3.Эмпирическим путем выявлено, что для школьников 11-12 лет в целом присущ необходимый уровень социально-психологической адаптации.

4.Эмпирически доказано, что существуют значимые отличия между показателями социально-психологической адаптации учащихся младшей и средней школы: выявлено, что у учащихся средней школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как интернальность.

К утверждениям гипотезы, не нашедшим эмпирического подтверждения относятся следующие:

1.Наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся младшей школы являются отношения с родителями. Выявлено, что данный показатель не имеет статистически значимых отличий и имеет высокие значения, как у учащихся младшей, так и средней школы.

2.Наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся средней школы являются отношения с друзьями. Выявлено, что данный показатель не имеет статистически значимых отличий и имеет средние значения, как у учащихся младшей, так и средней школы.

3. У учащихся младшей школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как принятие других. Выявлено, что данный показатель не имеет статистически значимых отличий и имеет средние значения, как у учащихся младшей, так и средней школы.

4. У учащихся средней школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации – стремление к доминированию. Выявлено, что данный показатель не имеет статистически значимых отличий и имеет средние значения, как у учащихся младшей, так и средней школы.

Таким образом, выявлены значимые отличия между показателями исследования учащихся 4 и 5 классов в аспектах адаптации, интернальности и отношения к педагогам.

В ходе корреляционного анализа найдено эмпирическое подтверждение следующих утверждений гипотезы:

1. Существует взаимосвязь показателей исследования учащихся младшей школы между эмоциональным комфортом и отношением к родителям.

2. Существует взаимосвязь показателей исследования учащихся средней школы между уровнем адаптации и отношением к себе.

Не найдено эмпирического подтверждения следующих утверждений гипотезы:

1. Существует взаимосвязь показателей исследования учащихся младшей школы между эмоциональным комфортом и отношением к педагогам.

2. Существует взаимосвязь показателей исследования средней школы между уровнем адаптации и отношением к себе.

## **Выводы по главе 2**

Обобщая вышеизложенное, необходимо сделать выводы о том, что эмоциональное благополучие детей 11-12 лет имеет некоторые отличия, которые обусловлены психофизиологическими, социальными и семейными факторами.

Влияние специфики переходного периода от младшего школьного возраста к подростковому начинает преобладать потребность к успешности и высокому уровню адаптированности в аспектах общения, проявляется более индивидуальный характер общения, появляется более критичное отношение

к окружающим и к себе (повышаются притязания к педагогам, эмоциональная чувствительность к друзьям, растут требования к себе), появляется потребность в самоидентификации, уходит детская непосредственность, основанная на безусловном принятии себя, родителей, педагогов, одноклассников. При этом при переходе в среднюю школу остаются актуальными характерные для младшего школьного возраста потребности в психологическом благополучии в семье, в поддержке и принятии со стороны родителей.



## **Заключение**

Проведенное исследование позволяет заключить следующее.

К специфическим чертам развития детей в возрасте 11-12 лет относятся значительные перемены в личностном и особенно эмоциональном аспектах: становление учащегося «общественным» субъектом учебной деятельности и школьной жизни, приобретение социально значимых обязанностей, смена интересов, смена социального статуса, усиленное формирование ценностно-смысловой и мотивационных сфер личности.

Школьная адаптация представляет собой процесс освоения ребенком новых для него социальных ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его социального окружения – родителей, учителей, сверстников, других людей, всего социума. Субъективным критерием успешности школьной адаптации учащихся 11-12 лет является показатель эмоционального благополучия.

Эмоциональное благополучие в психологической науке рассматривается как компонент психологического здоровья в дошкольном возрасте, так как от эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность его взаимодействия с окружающими его людьми, а значит, и успешность его социального развития.

Эмоциональное благополучие - это комплексное явление (интегральное переживание) синтезирующее чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон жизнедеятельности личности.

Именно эмоциональное благополучие школьников при переходе из начальной школы в основное звено является тем ресурсным проявлением личности, которое раскрывает ее самодостаточность, способность адекватно воспринимать себя и окружающих; успешно адаптироваться к условиям обучения в основной школе.

К характеристикам эмоционального благополучия школьника 11-12 лет относятся уровень отношения к самому себе, сверстникам, взрослым, общий эмоциональный тонус, способность определять эмоциональное состояние другого, уровень сопереживания, сочувствия, который школьник демонстрирует в вербальном и невербальном плане.

Проведенное в практической части эмпирическое исследование психологического благополучия школьников 11-12 лет позволяет заключить следующее.

Выявлены значимые отличия между показателями исследования учащихся 4 и 5 классов в аспектах адаптации, интернальности и отношения к педагогам. Наиболее выраженными аспектами психологического благополучия учащихся младшей школы являются отношения педагогами. У учащихся средней школы наиболее развитыми являются такие особенности адаптации как интернальность.

В ходе корреляционного анализа выявлены взаимосвязи показателей эмоционального комфорта учащихся 4 класса и отношения к родителям, и к друзьям; между отношением с друзьями и принятием других; между стремлением к доминированию и отношениями с друзьями и с педагогами.

Выявлены взаимосвязи показателей адаптации учащихся 5 класса и отношения к родителям, и к себе; между отношением к себе интернальностью самопринятием; между отношением к педагогам и принятием других.

В ходе исследования развиты предположения о наличии взаимосвязи и тесного влияния специфики социально-психологического и физиологического развития школьников 11-12 лет на формирование психологического благополучия и особенностей адаптации.

Сделан вывод о том, что влияние специфики переходного периода от младшего школьного возраста к подростковому выражена преобладанием потребности к повышению качества общения и совершенствованию коммуникативных навыков общения, появлением более индивидуального

характера общения, появления критичного отношения к окружающим и к себе (повышаются притязания к педагогам, эмоциональная чувствительность к друзьям, растут требования к себе), появлением потребности в самоидентификации, потерей детской непосредственности, основанной на безусловном принятии себя, родителей, педагогов, одноклассников.

Отмечено, что при переходе в среднюю школу не теряют актуальности характерные для младшего школьного возраста потребности в психологическом благополучии в семье, в поддержке и принятии со стороны родителей.

### Список литературы

1. Аверин В. А. Психология детей и подростков, 2-е издание. – СПб.: Изд-во Михайлова В. А., 2012. – 379 с.
2. Асмолов А. Г. Психология личности: Учебник. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 367 с.
3. Батурин Н.А., Башкатов С.А., Гафарова Н.В. Теоретическая модель личностного благополучия // Вестник Южно-Уральского государственного университета. – 2012. – Т. 6. – №4. – С.4-14.
4. Березовская Р. А., Никифоров Г. С. Отношение к здоровью // Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. СПб., 2003. С. 275–291
5. Бондаренко К.С. (Варшавская, К.С.) Особенности переживаний детей при переходе из начальной в основную школу / К.С. Бондаренко (К.С. Варшавская) // Сборник научных трудов аспирантов и соискателей Курганского государственного университета. – Курган: КГУ, 2004. – С. 59.
6. Бондаренко К.С. (Варшавская, К.С.) Специфика переживаний младшего школьника в процессе учебной деятельности в зависимости от типа школы // Вестник Курганского университета. – Серия «Физиология, психофизиология, психология и медицина». – Вып. 3. – Курган: КГУ, 2008. – С. 80 – 81.
7. Бондаренко К.С. (Варшавская К.С.) Характер переживаний в контексте учебной деятельности у детей младшего подросткового возраста / К.С. Бондаренко (К.С. Варшавская) // Материалы V Всероссийской научной конференции молодых ученых и аспирантов. - Майкоп: Изд-во АГУ, 2008. – С. 62-66.

8. Бобина У.О. Психологический портрет счастливого человека // автореферат по ВКР. – Пермский Государственный Гуманитарно – Педагогический университет.- Институт психологии. – 2014. – 89с.
9. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1998. – 464 с.
- 10.Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. СПб.: Речь, 2012. – 144с.
- 11.Венгер А.Л., Цукерман Г.А. Психологическое обследование младших школьников – (Б-ка школьного психолога). – М.: Изд-во Владос-Пресс, 2011. – 160 с.
- 12.Вилюнас В. Психология эмоций. Монография. – СПб.: Питер, 2012. – 496с.
- 13.Виничук Н. В. Счастье и субъективное благополучие в представлениях обыденного сознания: этнопсихологический аспект / Н. В. Виничук // Сборник трудов Дальневосточного государственного технического университета. – 2012. – Вып. 147. – С. 210-213.
- 14.Водяха С.А. Психологическое благополучие учащихся // Сборник статей / Составитель Ю.В. Братчикова–Екатеринбург: Урал.гос.пед.унт., 2013. - 146 с.
- 15.Возрастная психология: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования/ Т.Д Марцинковская и др.; под ред. Т.Д. Марцинковской. - М.: Издательский центр «Академия», 2011.- 336 с.
- 16.Втюрина Е.В., Никулина Е.В. Взаимосвязь психологического благополучия и стрессоустойчивости // Вятский социально-экономический институт. – Киров, 2011. – 87с.
- 17.Выготский Л.С. Кризис 7 лет // Выготский Л. С. Собр. соч.: В 6 т. – Т. 4. – М.: Знания, 2002. – С. 376 -385.
- 18.Данилова О.С. Психологические условия формирования эмоционального благополучия личности // автореферат по ВАК 19.00.01, Новосибирск, 2012. – 102с.

19. Динер Е. Удовлетворенность жизнью // *Journal of Personality Assessment*. – 1995. – 49. – 1. – С. 71-75.
20. Запорожец А.В. Эмоции и их роль в регуляции деятельности // *Личность и деятельность: Тезисы докладов к V Всес. съезду психологов СССР*. – М., 1977. – С. 62
21. Иванова М.А. Жизненные сценарии и жизнестойкость подростков // *Фундаментальные исследования*. – 2013. - №10 (часть 4). С. 875 – 878.
22. Идובהва О. А./ К построению модели исследования психологического благополучия личности: психолого-развитийный и психолого – педагогический аспекты. // *Вестник Томского государственного университета* № 351, 2011. – 78с.
23. Изард К. Э. Психология эмоций. Монография. Перевод с англ. – СПб.: Питер, 2012. – 464 с.
24. Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика. – М.: Академия, 2011. – 225с.
25. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. – СПб.: Речь, 2005. – 400 с.
26. Каримова Э.Ю. Формирование психологической безопасности в образовательном пространстве // *Сборник статей / Составитель Ю. В. Братчикова–Екатеринбург: Урал.гос.пед.унт., 2012. - 146с.*
27. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, О.А. Шаграева; Под ред. О.А. Шаграевой, С.А. Козловой. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 176 с.
28. Лепешинский Н.Н.. Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф. *Психологический журнал*. №3, 2011. с. 24-37
29. Лисина М.И. Формирование личности ребёнка в общении. — СПб.: Питер, 2009. – 125с.
30. Мамбетова Е.В. Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве России и пути выхода из

- мировоззренческого тупика // Сборник статей / Составитель Ю.В. Братчикова–Екатеринбург: Урал.гос.пед.унт., 2011. - 146с.
31. Маслоу А. Мотивация и личность. Монография. - СПб.: Питер, 2012. – 258с.
32. Мухина В.С. Возрастная психология: Феноменология развития, детство. Отрочество: Учебник. – 9-е издан., стереотипное. – М.: Академия, 1999. – 456 с.
33. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учеб пособие для студ психол фак университетов. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 448 с.
34. Орехова О.А. Особенности развития эмоциональной сферы у детей дошкольного и школьного возраста.: Автореф. дис....канд.психол.наук.– СПб., 2012. – 19с.
35. Панина Е.А. Методы формирования позитивных паттернов поведения у подростков в конфликтной ситуации // Психология и психотехника. - 2011. - №5. – 56с.
36. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. - М., 2012. – 189с.
37. Психическое развитие младших школьников: Экспериментальное психологическое исследование / Под ред. В.В. Давыдова; Науч.- исслед. ин-т общей и педагогической психологии кад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1990.– 160с.
38. Репина Т.А. Деятельность и взаимоотношения дошкольников. – М.: Педагогика, 1999. – 259с.
39. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. - М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 2004. - 480 с.
40. Рыбалко Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.

- 41.Слободчиков В.И. Генезис рефлексивного сознания в младшем школьном возрасте. В.И. Слободчиков. Г.И. Цукерман // Вопросы психологии, №3. – 1999. – 85с.
- 42.Тюлькина В.А. Удовлетворенность жизнью как составляющая субъективного благополучия мужчин и женщин // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2011. – Т. 32. – С. 203–212.
- 43.Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. -- 5-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 336 с.
- 44.Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Пер. с англ. и нем. Д. А. Леонтьева, М. П. Папуша, Е. В. Эйдмана. - М.: Прогресс, 1990. - 368с.
- 45.Хромов А.Б. Позитивные эмоциональные состояния младших школьников в ситуациях дифференцированного обучения: Автореферат диссертации канд. психологич. наук. – Казань, 2005. – 25с.
- 46.Шевеленкова Т.Д. Фесенко Т.П. Психологическое благополучие личности. Психологическая диагностика, 2005, №4. с.95-121
- 47.Ширяева О.С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности // автореферат по ВАК 19.00.01, Петропавловск - Камчатский, 2012. – 78с.
- 48.Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психологического развития в детском возрасте // Вопросы психологии, 2005. – №4. – С.6-20
- 49.Эриксон Э. Детство и общество. Монография. – М.: Инфра-М, 2011. – 369с.
- 50.Юнг К.Г. Очерки по психологии бессознательного. Монография. – М.: Когито-Центр, 2012. – 178с.



## Приложение 1

### **Опросник психологического благополучия школьника (автор: канд.псих.н.доцент кафедры общей психологии УрГПУ Водяха С.А.)**

Опросник личностный. Предназначен для изучения психологического благополучия школьников и выявляет актуальное благополучие человека на данном жизненном этапе.

Автором выделяются следующие показатели:

- Отношения с друзьями
- Отношение к школе
- Отношение к педагогам
- Отношение к родителям
- Отношение к себе.

Методика состоит из 30 вопросов, оценивается по пятибалльной шкале:

Утверждения	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорей не согласен, чем согласен	Скорей согласен, чем не согласен	Согласен	Абсолютно согласен
У меня в школе много друзей	0	1	2	3	4	5
В школе интересно	0	1	2	3	4	5
С учителями интересно общаться	0	1	2	3	4	5
С моими родителями мне интересно	0	1	2	3	4	5
Я чувствую себя успешным в школе	0	1	2	3	4	5
Друзья поддерживают меня в беде	0	1	2	3	4	5
В школе я узнаю много нового	0	1	2	3	4	5
С большинством учителей приятно общаться	0	1	2	3	4	5

Мне хорошо в моей семье	0	1	2	3	4	5
Я – интересная личность	0	1	2	3	4	5
У меня замечательные друзья	0	1	2	3	4	5
Я с желанием хожу в школу	0	1	2	3	4	5
С учителями не бывает скучно	0	1	2	3	4	5
Я наслаждаюсь временем, проведенным со своей семьей дома	0	1	2	3	4	5
Я люблю себя	0	1	2	3	4	5
Общение с друзьями доставляет мне удовольствие	0	1	2	3	4	5
В школе много интересных событий для меня	0	1	2	3	4	5
Большинство учителей - хорошие люди	0	1	2	3	4	5
В моей семье дружные отношения	0	1	2	3	4	5
Большинство людей похожи на меня	0	1	2	3	4	5
На своих друзей я могу рассчитывать	0	1	2	3	4	5
Я люблю бывать в школе	0	1	2	3	4	5
С некоторыми учителями я могу обсуждать личные проблемы	0	1	2	3	4	5
Мои родители дружелюбны ко мне	0	1	2	3	4	5
Я чувствую свою значимость	0	1	2	3	4	5
Мои друзья меня понимают	0	1	2	3	4	5
Я с удовольствием участвую в школьной жизни	0	1	2	3	4	5
По некоторым учителям я скучаю во время каникул	0	1	2	3	4	5
Мои родители ведут со мной себя правильно	0	1	2	3	4	5
Я хороший человек	0	1	2	3	4	5

**Ключ:**

Абсолютно не согласен - 0 баллов, Не согласен - 1 балл, Скорей не согласен, чем согласен -2 балла, Скорей согласен, чем не согласен – 3 балла, Согласен – 4 балла, Абсолютно согласен – 5 баллов.

1 0 1 2 3 4 5	2 0 1 2 3 4 5	3 0 1 2 3 4 5	4 0 1 2 3 4 5	5 0 1 2 3 4 5
6 0 1 2 3 4 5	7 0 1 2 3 4 5	8 0 1 2 3 4 5	9 0 1 2 3 4 5	10 0 1 2 3 4 5
11 0 1 2 3 4 5	12 0 1 2 3 4 5	13 0 1 2 3 4 5	14 0 1 2 3 4 5	15 0 1 2 3 4 5
16 0 1 2 3 4 5	17 0 1 2 3 4 5	18 0 1 2 3 4 5	19 0 1 2 3 4 5	20 0 1 2 3 4 5
21 0 1 2 3 4 5	22 0 1 2 3 4 5	23 0 1 2 3 4 5	24 0 1 2 3 4 5	25 0 1 2 3 4 5
26 0 1 2 3 4 5	27 0 1 2 3 4 5	28 0 1 2 3 4 5	29 0 1 2 3 4 5	30 0 1 2 3 4 5

**Обработка**

Подсчитать количество баллов по каждой колонке.

1. Колонка - Отношения с друзьями
2. Колонка - Отношение к школе
3. Колонка - к педагогам
4. Колонка - Отношения с родителями
5. Колонка - Отношение к себе

### **Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонд**

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. По всей вероятности, такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

В методике предусмотрена достаточно дифференцированная, 7-бальная шкала ответов. Остается открытым вопрос, насколько оправдано применение подобной шкалы, так как в обыденном сознании испытуемому достаточно трудно выбрать между таким вариантами ответов, как например, 2" — сомневаюсь, что это можно отнести ко мне; и «3» — не решаюсь отнести это к себе.

Авторами выделяются следующие шесть интегральных показателей:

- «Адаптация»;
- «Приятие других»;
- «Интернальность»;
- «Самовосприятие»;
- «Эмоциональная комфортность»;
- «Стремление к доминированию».

Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной, по всей вероятности, эмпирическим путем. Интерпретация осуществляется в соответствии нормативными данными, рассчитанными отдельно для подростков и взрослой выборки.

#### **Инструкция**

В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни, переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотносить с нашим собственным образом жизни.

Прочитав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените, в какой мере это высказывание может быть отнесено к вам. Для того чтобы обозначить ваш ответ в бланке,

выберите один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от 0 до 6, подходящий, по вашему мнению:

- 0 — это ко мне совершенно не относится;
- 1 — мне это не свойственно в большинстве случаев;
- 2 — сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- 3 — не решаюсь отнести это к себе;
- 4 — это похоже на меня, но нет уверенности;
- 5 — это на меня похоже;
- 6 — это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания.

Обработка результатов

### Ключ:

№	Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	a Адаптивность	4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	(68-170) 68-136
	b Деадаптивность	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	(68-170) 68-136
2	a Лживость -	34, 45, 48, 81, 89	(18-45)
	b Лживость +	8, 82, 92, 101	18-36
3	a Приятие себя	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	(22-52) 22-42
	b Неприятие себя	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	(14-35) 14-28
4	a Приятие других	9, 14, 22, 26, 53, 97	(12-30) 12-24
	b Неприятие других	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	(14-35) 14-28
5	a Эмоциональный комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	(14-35) 14-28
	b Эмоциональный дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	(14-35) 14-28
6	a Внутренний контроль	4, 5, 11, 12, 13, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98	(26-65) 26-52
	b Внешний контроль	25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	(18-45) 18-36
7	a Доминирование	58, 61, 66	(6-15) 6-12
	b Ведомость	16, 32, 38, 69, 84, 87	(12-30)

				12-24
8	Эскапизм (уход от проблем)	17, 18, 54, 64, 86		(10-25) 10-20

Вопросы под номерами 1, 3, 20, 24, 31, 39, 46, 93 не используются ни в одной шкале.

Интегральные показатели

Адаптация:

$$A=aa+b*100A=aa+b*100;$$

Самопринятие:

$$S=aa+1.6b*100S=aa+1.6b*100;$$

Принятие других:

$$L=1.2a1.2a+b*100L=1.2a1.2a+b*100;$$

Эмоциональный комфорт:

$$E=aa+b*100E=aa+b*100;$$

Интернальность:

$$I=aa+1.4b*100I=aa+1.4b*100;$$

Стремление к доминированию:

$$D=2a2a+b*100D=2a2a+b*100$$

Интерпретация результатов

Зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых — без скобок. Результаты до зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а после самого высокого показателя в зоне неопределенности — как высокие.

Текст опросника

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда.
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый, держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.

- 15.Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
- 16.Собственных убеждений и правил не хватает.
- 17.Любит мечтать - иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
- 18.Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживании обид, мысленно перебирая способы мщения.
- 19.Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него не проблема.
- 20.Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
- 21.Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе, занят собой.
- 22.Люди, как правило, ему нравятся.
- 23.Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
- 24.Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
- 25.Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
- 26.С окружающими обычно ладит.
- 27.Всего труднее бороться с самим собой.
- 28.Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
- 29.В душе оптимист, верит в лучшее.
- 30.Человек неподатливый, упрямый, таких называют трудными.
- 31.К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
- 32.Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
- 33.Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относятся, любят его.
- 34.Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
- 35.Человек с привлекательной внешностью.
- 36.Чувствует себя беспомощным, нуждается в том, чтобы кто-то был рядом.
- 37.Приняв решение, следует ему.
- 38.Принимая, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
- 39.Испытывает чувство вины, даже если винить себя как будто не в чем.
- 40.Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
- 41.Всем доволен.
- 42.Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
- 43.Чувствует вялость: все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.
- 44.Уравновешен, спокоен.
- 45.Разозлившись, нередко выходит из себя.
- 46.Часто чувствует себя обиженным.

47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий, не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад. Способен напридумывать лишнего, словом, не от мира сего.
53. Человек, терпимый к людям, принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком - привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный. Легко тушует.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы он выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое «Я».
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, в котором в настоящий момент многое достойно презрения.
63. Человек деятельностный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый, ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в рассеянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола и не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг не справлюсь, а вдруг не получится?



78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и его отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет: презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек, легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.
99. Себя не ценит, никто всерьез его не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.
100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают его мысли.
101. Все свои привычки считает хорошими.